

PERFIL E MOTIVAÇÃO DE ATLETAS DE UM PROGRAMA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA EM ATLETISMO

PROFILE AND MOTIVATION OF ATHLETES IN A UNIVERSITY ATHLETICS EXTENSION PROGRAM

PERFIL Y MOTIVACIÓN DE LOS ATLETAS DE UN PROGRAMA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA DE ATLETISMO

Isabelle Rocha da Silva

<https://orcid.org/0009-0001-3874-7877> 

<http://lattes.cnpq.br/2086497432114476> 

Universidade do Estado de Mato Grosso (Cáceres, MT – Brasil)

isabelle.rocha@unemat.br

Aguinaldo Souza dos Santos

<https://orcid.org/0000-0002-0722-8556> 

<http://lattes.cnpq.br/6072005879145875> 

Universidade Estadual do Paraná (Paranavaí, PR – Brasil)

aguisouza@uol.com.br

Roberto Carlos Vieira Junior

<https://orcid.org/0000-0002-2037-2683> 

<http://lattes.cnpq.br/6880930981170570> 

Universidade do Estado de Mato Grosso (Cáceres, MT – Brasil)

roberto_carlos@unemat.br

João Carlos Martins Bressan

<http://orcid.org/0000-0002-6975-1174> 

<http://lattes.cnpq.br/3086689843781690> 

Universidade do Estado de Mato Grosso (Cáceres, MT – Brasil)

bressan@unemat.br

Resumo

A presente pesquisa buscou compreender os aspectos motivacionais dos atletas do programa de extensão em atletismo da Universidade do Estado de Mato Grosso, no município de Cáceres/MT. Trata-se de uma pesquisa quanti-qualitativa em que participaram atletas jovens adultos (n=07) que frequentam o referido projeto. Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram questionário sociodemográfico e questionário motivacional (EMI-2) que possuem questões estruturadas com dimensões relacionadas às características dos atletas, contexto familiar, ambiente da prática esportiva e motivação para o esporte. Foi possível identificar que os aspectos motivacionais que levam os atletas do projeto universitário em atletismo a praticar essa modalidade está relacionado com uma maior relevância nas dimensões "Agilidade", "Manter-se saudável", "Competição", "Revitalização", "Força/resistência", "Desafio", "Saúde", "Prazer/diversão", "Reconhecimento social", "Gestão do estresse", sendo crucial para a prática de exercício físico. Os achados sugerem que os atletas universitários priorizaram fatores associados à motivação intrínseca (algo interior), e isso pode favorecer para a permanência mais efetiva e duradoura na prática esportiva, notadamente em ambientes como o analisado.

Palavras-chave: Motivação; Atletismo; Prática Esportiva.

Abstract

This study sought to understand the motivational aspects of athletes in the athletics extension program at the State University of Mato Grosso, in the municipality of Cáceres/MT. This is a quantitative-qualitative study in which young



adult athletes (n=07) who attend the project took part. The instruments used to collect data were a sociodemographic questionnaire and a motivational questionnaire (EMI-2) with structured questions on dimensions related to the athletes' characteristics, family context, sports practice environment and motivation for sport. It was possible to identify that the motivational aspects that lead athletes from the university athletics project to practice this sport are related to a greater relevance in the dimensions "Agility", "Staying healthy", "Competition", "Revitalization", "Strength/endurance", "Challenge", "Health", "Pleasure/fun", "Social recognition", "Stress management", being crucial for the practice of physical exercise. The findings suggest that university athletes prioritized factors associated with intrinsic motivation (something inside), and that this may favor a more effective and lasting stay in sports practice, especially in environments such as the one analyzed.

Keywords: Motivation; Athletics; Sporting Practice.

Resumen

Este estudio buscó comprender los aspectos motivacionales de los atletas del programa de extensión de atletismo de la Universidad Estadual de Mato Grosso, en el municipio de Cáceres/MT. Se trata de un estudio cuantitativo-cualitativo en el que participaron atletas adultos jóvenes (n=07) que asisten al proyecto. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron un cuestionario sociodemográfico y un cuestionario motivacional (EMI-2) con preguntas estructuradas sobre dimensiones relacionadas a las características de los atletas, contexto familiar, ambiente de práctica deportiva y motivación para el deporte. Fue posible identificar que los aspectos motivacionales que llevan a los atletas del proyecto atletismo universitario a practicar este deporte están relacionados con una mayor relevancia en las dimensiones "Agilidad", "Mantenerse saludable", "Competición", "Revitalización", "Fuerza/resistencia", "Desafío", "Salud", "Placer/diversión", "Reconocimiento social", "Manejo del estrés", siendo cruciales para la práctica de ejercicio físico. Los resultados sugieren que los deportistas universitarios priorizaron factores asociados a la motivación intrínseca (algo interior), y que esto puede favorecer una permanencia más efectiva y duradera en el deporte, especialmente en entornos como el analizado.

Palabras claves: Motivación; Atletismo; Práctica Deportiva.

INTRODUÇÃO

O atletismo é uma modalidade esportiva praticada pelos homens desde os Jogos Olímpicos da Grécia antiga e pelas mulheres nos Jogos Olímpicos Modernos, que ocorreram em Amsterdã em 1928. Conforme registros do Comitê Olímpico Brasileiro (COB) a primeira participação olímpica da equipe brasileira de atletismo ocorreu em 1924 nos jogos de Paris.

O atletismo é considerado uma modalidade esportiva tradicional da Educação Física, ainda que não seja praticado por crianças e jovens tanto quanto deveria ser, seja na escola ou fora dela (Matthiesen, 2014; Bressan, 2021). Sua prática ocorre em ambientes escolares e não escolares e, nessa perspectiva, decidimos observar o Projeto de Atletismo (PROAT) da Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT), visto compreendermos que as Universidades Públicas têm como um de seus principais compromissos a extensão universitária (Gomes; Matthiesen; Ginciene, 2011).

O projeto foi criado em 2015 e institucionalizado junto à Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da referida instituição em 2016. Entre seus objetivos, destaca-se o investimento em ofertar a prática do atletismo em três vertentes: educacional, lazer e rendimento; atendendo um público diversificado, incluindo crianças, adolescentes, acadêmicos e a comunidade externa, na vila olímpica da UNEMAT, localizada no município de Cáceres, MT.





Em meio ao contexto apresentado, notamos ainda que diferentes fatores interferem/afetam a participação e continuidade em projetos como o citado, entre eles nos interessou investigar aqueles que compõem a esfera da motivação. Segundo Weinberg e Gould (2001) é fundamental que os técnicos e dirigentes esportivos reconheçam os fatores que podem intervir no processo motivacional dos atletas, reverberando assim em sua permanência ou desistência.

Nesse sentido, o presente trabalho tem foco no contexto do esporte em um projeto de extensão universitária com olhar na iniciação esportiva tardia, ou seja, quando se dá acesso a prática esportiva sistematizada na fase adulta (Pimentel *et al.*, 2010). No que corresponde a essa tipologia de iniciação esportiva, compreendemos que essa demanda surge devido à baixa oferta e oportunidades para a prática esportiva ao longo da vida, notadamente em modalidades como o atletismo.

Considerando o exposto nos interessa responder ao seguinte problema: quais os aspectos motivacionais relatados por participantes do projeto de extensão em atletismo de uma universidade pública? E em atendimento a ele elencamos nosso objetivo geral de compreender os aspectos motivacionais dos atletas do programa de extensão em atletismo da Universidade do Estado de Mato Grosso, no município de Cáceres/MT.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de método quanti-qualitativo, o que segundo Thomas, Nelson e Silverman (2012), lança mão da categorização das informações, de maneira indutiva, entendidos teoricamente como aqueles que partem do particular para o geral (Ribeiro, 2000). Os sujeitos que participaram desta pesquisa foram jovens adultos integrantes do projeto de extensão de atletismo – PROAT/UNEMAT devidamente institucionalizado, na cidade de Cáceres, Mato Grosso. Atualmente o projeto conta com a participação de 20 membros com faixa etária de 18 a 30 anos, que desenvolvem as diferentes provas do atletismo. A seleção foi realizada levando em consideração a participação nas atividades propostas pelo projeto, com frequência mínima de três vezes por semana e vinculação ao programa ao menos por seis meses anteriores a realização da coleta de dados.



**Quadro 1** – Perfil dos Participantes

P	PROVAS	AIT	DTS	DTH	PC	AF	UC	LT
1	Martelo e Disco	2022	06	03	-	Não	-	Ginásio poliesportivo, academia de musculação, praças/parques públicos e Pista de atletismo
2	Disco, Peso e Martelo	2022	06	03	Estadual	Não	2	Pista de atletismo
3	Heptatlo	2018	06	04	Estadual	Não	2	Ginásio poliesportivo, academia de musculação e pista de atletismo
4	Meio fundo e Fundo	2020	05	01	Estadual	Não	5	Quadra de areia, academia de musculação, pista de atletismo, outros
5	Fundo	2022	03	01	Estadual	Não	0	Ginásio poliesportivo, academia de musculação, pista de atletismo
6	Velocidade	2022	05	01	Estadual	Não	0	Quadra poliesportiva coberta, quadra de areia, academia de musculação, pista de atletismo
7	Salto em Distância	2022	01	02	Internacional	Não	1	Ginásio poliesportivo, academia de musculação, praças/parques públicos, pista de atletismo

Legenda: P= Participante; AIT= Ano de início do treino; DTS= Dias de treinos semanais; DTH= Duração dos treinos em horas; PC= Participação em competições; AF= Apoio financeiro; UC=Últimas competições; LT= Locais para treinar.

Fonte: construção dos autores.

Relevante quantidade de sujeitos começou a treinar em 2022 (quando retornaram às atividades presenciais na universidade, depois de um longo período de afastamento devido a COVID-19). Treinam quatro vezes na semana, com duração de duas horas em média e praticam apenas o atletismo como esporte.

Procedimentos e instrumentos de coleta utilizados

A presente pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa da UNEMAT, sob o CAAE: 63888522.4.0000.5166 e parecer: 5.768.666. Após aprovação foram encaminhados os TCLE e o PAR-Q aos participantes. Aos que aceitaram, responderam a um questionário de perfil, baseado e adaptado de Bressan (2021). Além disso, aplicou-se um questionário introdutório, composto por questões estruturadas com dimensões relacionadas às características dos atletas, contexto familiar, ambiente da prática esportiva e de motivação para o esporte.

Para o âmbito motivacional o questionário escolhido foi o *Exercise Motivation Inventory* (EMI-2) que é constituído por 5 dimensões que avaliam os fatores dos constructos





teóricos do modelo das motivações. O instrumento foi validado para a população brasileira por Guedes, Legnani e Legnani (2012).

As respostas são assinaladas numa escala tipo *Likert* de 5 pontos, em que o zero corresponde a “Nada verdadeiro para mim” e cinco a “Totalmente verdadeiro para mim”. A pontuação do instrumento é obtida por meio da soma dos valores dos itens dividido pelo número total de itens de cada fator/dimensão, representando assim os motivos mais e menos importantes para a prática de exercício físico para determinada população. Acerca dos motivos apresentamos os resultados conforme dimensões que podem ser melhor caracterizadas observando o Quadro (2).

A aplicação do questionário foi agendada com antecedência por meio de aplicativo virtual de mensagens e também por correio eletrônico. Na aplicação, os instrumentos foram explicados pelos pesquisadores que sanaram dúvidas existentes. Todos os participantes receberam papel, caneta e folhas, e o ambiente para respostas estava silencioso e climatizado oportunizando condições e o tempo necessário para que se concluíssem as respostas.

A análise dos dados foi realizada em duas perspectivas, utilizando o método misto sequencial, que segundo Thomas, Nelson e Silverman (2012) é o método mais comum de delineamento para essa tipologia de pesquisa, em que se realiza um arranjo escalonado de componentes quantitativos e qualitativos. Inicialmente, a categorização dos dados para apresentar os eixos de análise, depois se evidenciou sua descrição e o nível de interação entre as variáveis estipuladas indutivamente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No questionário sociodemográfico foram analisados: o tempo de prática da modalidade; característica do contexto de treinamento; características do ambiente familiar, gênero, escolaridade. Na dimensão motivacional, tendo em vista os objetivos estabelecidos para este estudo, foram tabulados os dados oriundos do (EMI-2) e para análise estatística o *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS-25). Para análise do questionário motivacional EMI-2 organizamos as respostas em eixos, conforme já realizado por Martins (2014), e disposto no Quadro (2).



**Quadro 2** – Motivos e dimensões do Exercise Motivation Inventory – 2 (EMI-2)

MOTIVAÇÕES	DIMENSÕES DO EMI-2	ITENS
PSICOLÓGICOS	Gestão do estresse	6-20-34-46
	Revitalização	3-17-31
	Prazer/diversão	9-23-37-48
	Desafio	14-28-42-51
INTERPESSOAIS	Reconhecimento social	5-19-33-45
	Afiliação	10-24-38-49
	Competição	12-26-40-50
SAÚDE	Saúde	11-25-39
	Doença	2-16-30
	Manter-se saudável	7-21-35
CORPORAIS	Gestão de peso	1-15-29-43
	Aparência	4-18-32-44
CONDIÇÕES FÍSICAS	Agilidade	13-27-41
	Força/resistência	8-22-36-47

Fonte: Martins (2014).

Além disso, os resultados obtidos foram tabulados em números absolutos em escala *Likert* de 0 a 5, desse modo, após as respostas dos participantes obtivemos a média aritmética da dimensão, gerando o valor correspondente para aquele grupo de questões, identificando assim os itens mais e menos motivacionais. O desvio padrão foi utilizado para observar a variação da amostra, conforme Tabela (1).

Tabela 1 – Médias por dimensões – (EMI-2) (continua)

DIMENSÕES	ITENS	M.I	D.P	M.D
Gestão do estresse	6	2,4	1,55	3,0
	20	2,7	1,12	
	34	2,9	0,83	
	46	4,0	1,03	
Revitalização	3	4,9	0,35	4,3
	17	4,0	1,16	
	31	4,1	0,99	
Prazer/diversão	9	1,6	0,70	3,3
	23	3,7	0,70	
	37	3,1	0,45	
	48	4,9	0,35	
Desafio	14	4,7	1,31	4,1
	28	4,7	0,99	
	42	4,7	0,83	
	51	2,1	0,88	
Reconhecimento social	5	1,0	1,31	3,2
	19	4,0	1,93	
	33	4,1	1,25	
	45	3,7	1,64	





Afiliação	10	1,0	1,84	2,0
	24	2,0	1,76	
	38	1,9	0,88	
	49	3,0	1,84	
Competição	12	5,0	1,20	4,5
	26	4,9	1,12	
	40	4,9	1,16	
	50	3,1	1,03	
Saúde	11	2,1	0,99	3,3
	25	3,9	1,96	
	39	3,9	1,68	
Doença	2	4,6	0,73	2,5
	16	0,9	0,00	
	30	2,1	1,12	
Manter-se saudável	7	4,6	0,00	4,6
	21	5,0	0,35	
	35	4,1	0,35	
Gestão de peso	1	2,4	1,29	2,8
	15	2,6	2,19	
	29	2,6	2,03	
	43	3,7	1,77	
Aparência	4	1,6	1,05	2,9
	18	4,3	0,70	
	32	4,4	0,64	
	44	1,4	0,35	
Agilidade	13	4,6	0,70	4,7
	27	5,0	0,73	
	41	4,6	1,07	
Força/resistência	8	4,9	0,73	4,3
	22	4,3	0,00	
	36	3,9	0,73	
	47	4,0	0,90	

Legenda: MI= médias dos itens; DP= desvio padrão; MD= médias das dimensões.

Fonte: Elaborado pelos autores.

Na Tabela (1) estão dispostos os valores da média das dimensões de motivação para a prática da modalidade. Levando em consideração o maior valor obtido na média das dimensões é possível verificar que em destaque se evidenciou: "Agilidade" (4,7); "Manter-se saudável" (4,6); "Competição" (4,5); "Revitalização" (4,3); "Força/resistência" (4,3) e "Desafio" (4,1). O resultado obtido com a dimensão "Manter-se Saudável" apresenta semelhança com o estudo de Guedes, Legnani e Legnani (2012). No estudo de Moutão (2005) "Agilidade e Revitalização" são evidenciados como os mais importantes, já o item "Competição", não.

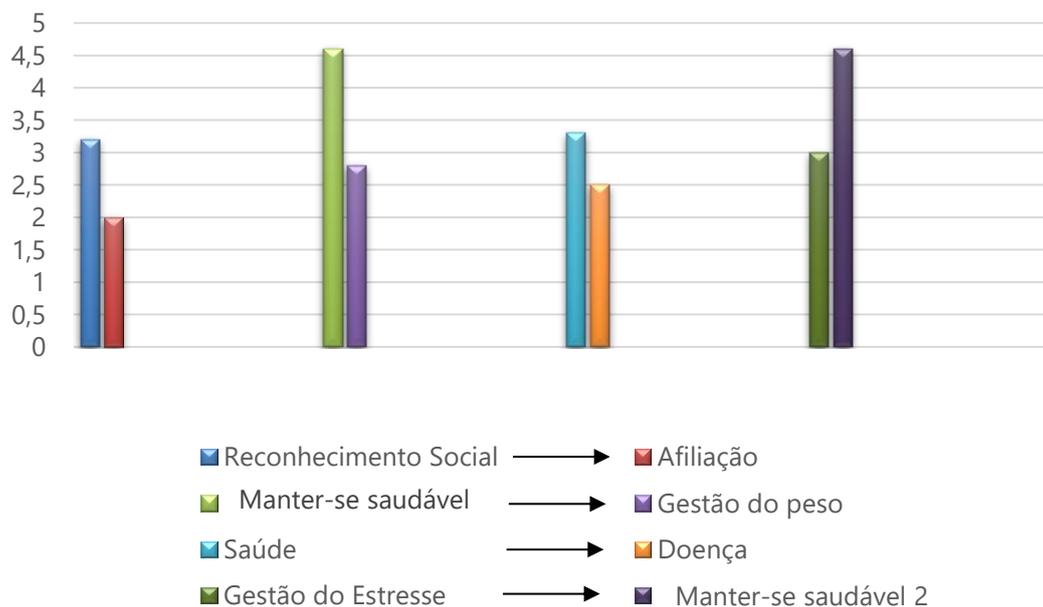




As dimensões com menor destaque foram “Afiliação” (2,0) e “Doença” (2,5). As demais dimensões de motivação tiveram uma posição intermediária, destacamos “Saúde” (3,3); “Prazer/diversão” (3,3); “Reconhecimento social” (3,2); “Gestão do estresse” (3,0); “Aparência” (2,9) e “Gestão de peso” (2,8). Guedes, Legnani e Legnani (2012) assumiram em sua pesquisa um ponto-de corte arbitrário equivalente a “2,5” para a escala de medidas das respostas do EMI-2, que refere-se ao centro entre os extremos da escala que vai de (zero a cinco), tendo como referência essa informações foi possível identificar que “Agilidade”, “Manter-se saudável”, “Competição”, “Revitalização”, “Força/resistência”, “Desafio”, “Saúde”, “Prazer/diversão”, “Reconhecimento social”, “Gestão do estresse”, apresentaram valores médios acima deste patamar, a dimensão “Doença” está centralizada e a “Afiliação” com valor médio abaixo deste patamar.

Buscamos ainda relacionar alguns achados da pesquisa, efetivando comparações entre dimensões com determinada similaridade ou interdependência. Para tanto, organizamos o Gráfico (1), conforme segue.

Gráfico 1 – Relações entre as dimensões investigadas



Fonte: construção dos autores.

O gráfico (1) apresenta relações comparativas entre as dimensões, “Reconhecimento social” e “afiliação” nesse quesito foi possível identificarmos que os dados denotam que se busca reconhecimento social mais não dos familiares e amigos.





Já ao relacionar os eixos “Manter-se saudável” e “Gestão de peso” identificamos que os atletas almejam se manter saudáveis, mas não o controle e manutenção do peso corporal. Segundo Ramiro (2009) é importante ter o peso corporal dentro IMC. Também a Organização Mundial de Saúde indica que a população tenha em média o IMC entre 18,5 e 24,9kg/m² representando a faixa de peso adequado e com isso o menor risco para o desenvolvimento de algumas doenças (OMS, 2022).

Nas dimensões “Saúde e Doença”, observamos que existe relação entre essas duas dimensões, na medida em que para ter uma boa saúde, se faz necessária a ausência, prevenção e redução de doenças (Coelho *et al.*, 2016). Com os dados obtidos ficou evidente que a prática de exercícios físicos, buscando a saúde para os atletas, não está relacionada a “Doença” e sua manutenção.

Se entende que a gestão do estresse é o controle de um conjunto complexo de respostas comportamentais e fisiológicas e a manutenção deste estado de equilíbrio - homeostase - é essencial para a vida e é constantemente desafiado por forças internas ou externas (Zuardi; Waldo, 2010). Esse equilíbrio contribui para “Manter-se Saudável”. Nesse sentido, não notamos nas respostas dos entrevistados relevância para o controle do estresse apesar de sua importância, uma vez que afeta diretamente a ideia de manter-se saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa objetivou compreender os aspectos motivacionais dos atletas do programa de extensão em atletismo de uma universidade pública, e foi possível identificar que os aspectos motivacionais que levam os atletas a praticar essa modalidade estão relacionados com uma maior relevância nas dimensões “Agilidade”, “Manter-se saudável”, “Competição”, “Revitalização”, “Força/resistência”, “Desafio”, “Saúde”, “Prazer/diversão”, “Reconhecimento social” e “Gestão do estresse”. Evidenciamos, por meio dos dados obtidos que a dimensão “Manter-se saudável” se posicionou em segundo ficando à frente até mesmo da dimensão “Competição”.

Os achados sugerem que os atletas universitários priorizaram fatores associados à motivação intrínseca (algo interior), e isso pode favorecer para sua permanência mais efetiva e duradoura na prática da modalidade esportiva, notadamente em ambientes como o analisado, porém são necessários estudos longitudinais para problematizar e confirmar esse cenário.





REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRESSAN, João Carlos Martins. **Atletismo e desenvolvimento humano**: proposição e análise de um modelo didático de ensino. 2021. 226f. Tese (Doutorado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias). Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, SP, 2021.

COELHO, Maria Thereza Ávila Dantas *et al.* O que é importante cuidar para manter a boa saúde? concepções de universitários de um curso superior em saúde. **Revista psicologia, diversidade e saúde**, v. 5, n. 2, p. 176-183, 2016.

RIBEIRO, Egberto Turato. Introdução à metodologia da pesquisa clínico-qualitativa definição e principais características. **Revista portuguesa de psicossomática**, v. 2, n. 1, p. 93-108, 2000.

GUEDES, Dartagnan Pinto; LEGNANI, Rosimeide Francisco Santos; LEGNANI, Elto. Propriedades psicométricas da versão brasileira do Exercise Motivations Inventory (EMI-2), **Motriz**, v. 18, n. 4, p. 667-677, 2012.

GUEDES, Dartagnan Pinto; LEGNANI, Rosimeide Francisco Santos; LEGNANI, Elto. Motivos para a prática de exercício físico em universitários e fatores associados. **Revista brasileira educação física e esporte**, v. 26, n. 4, p. 679-89, 2012.

MARTINS, Pedro Daniel Nunes. **Motivação para a prática de exercício físico e autoestima em praticantes de exercício físico de ginásios da cidade de Luanda**. 2014. 84f. Dissertação (Mestrado em Exercício e Saúde em Populações Especiais). Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal, 2014.

MATTHIESEN, Sara Quenzer. **Atletismo na escola**. Maringá, PR: Eduem, 2014.

MOUTÃO, João Miguel Raimundo Peres. **Motivação para a prática de exercício físico**. 2005. 167f. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desporto e Exercício). Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal, 2005.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. **Prevalência de obesidade entre adultos, IMC**. 2022. Disponível em: <[https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-obesity-among-adults-bmi--30-\(crude-estimate\)-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-obesity-among-adults-bmi--30-(crude-estimate)-(-))>. Acesso em: 27 jan. 2024.

RAMIRO, Adriane. **Estratégias de governamentalidade no âmbito da promoção da saúde: o controle do peso corporal como estilo de vida saudável**. 2009. 149f. Tese (Doutorado em Psicologia Social pela Pontifícia). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2009.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6. ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2012.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.





ZUARDI, Antonio Waldo. **Fisiologia do estresse e sua influência na saúde**. São Paulo: USP, Departamento de Neurociência e ciência do comportamento [internet], 2010. Disponível em: <https://www.ceppsim.com.br/pdf/fisiologia_estresse.pdf>. Acesso em: 08 jan. 2023.

Dados da primeira autora:

Email: isabelle.rocha@unemat.br

Endereço: Rua Floriano Peixoto, 1240, Jardim União, Cáceres, MT, CEP: 78201-085, Brasil.

Recebido: 08/11/2024

Aprovado: 27/11/2024

Como citar este artigo:

SILVA, Isabelle Rocha da *et al.* Perfil e motivação de atletas de um programa de extensão universitária em atletismo. **Corpoconsciência**, v. 28, e.18517, p. 1-11, 2024.

